

SURVIVAL

3.0

over leven achter
gesloten deuren

GIDS

voor & door
jongeren



SURVIVAL

GIDS over leven achter
gesloten deuren

**Voor en door jongeren
in de gesloten jeugdzorg,
gesloten psychiatrie en
de jeugdgevangenis**

Jorien Meerdink en Marjan Schippers

Met medewerking van
Minke Verdonk en Annemieke de Vries

Ze sluiten je op

met een sleutel in het slot.

Gebruik die tijd!

Neem die sleutel in eigen hand

en open straks die deur.

DE TOEKOMST IS VAN JOU.

Colofon

Titel: Survivalgids: Over leven achter gesloten deuren

Auteurs: Jorien Meerdink en Marjan Schippers mmv Minke Verdonk
en Annemieke de Vries

Redactie: Jorien Meerdink

Aan de formulering van de rechten die jongeren hebben, is meegewerkt door Frank van Leerdam, Coördinerend specialistisch inspecteur van het Ministerie van VWS.

Met speciale dank aan de ervaringsdeskundigen van Young in Prison, alle geïnterviewde jongeren en jongeren die in panels gereageerd hebben op de teksten en vormgeving.

Tarik, Kimberley en Kenneth zijn geen bestaande jongeren. Hun portretten zijn samengesteld uit meerdere interviews.

© Stichting WESP, Strandwijk 2, 2202 BV Noordwijk, www.wespweb.nl

Vormgeving & illustraties: Mooijontwerp, Noordwijk.

Deze gids is de derde in de reeks Survivalgidsen van Stichting WESP. De eerste gids: *Over leven in een groep of gezinshuis* is gemaakt met en voor uit huis geplaatste jongeren. De tweede gids *Over leven als je jeugd niet vanzelf gaat* is gemaakt voor en door jongeren met een lastige jeugd.

De gidsen zijn te bestellen door een mail met postadres te sturen aan:

jorien.meerdink@wespweb.nl

Deze Survivalgids is tot stand gekomen met financiële steun van Stichting Steunfonds Pro Juventute.

November 2020

Inhoud

Voorwoord	7
1. Als je achter gesloten deuren gesloten wordt geplaatst	8
Tarik, 17 jaar	14
2. Gesloten zijn	16
Kimberley, 16 jaar	24
3. Het eind in zicht	26
Kenneth, 17 jaar	32
Je rechten als je achter gesloten deuren wordt geplaatst	34

Voorwoord

Als je gesloten gezet wordt, heb je meestal geen makkelijke jeugd gehad. Hierdoor ben je in de problemen gekomen op school of daarbuiten.

Achter gesloten deuren krijg je te maken met structuur, regelmaat en een strak dagprogramma en wordt je geleerd hoe je je hoort te gedragen. Zodat je mee kan draaien in de maatschappij, op school of werk.

Jongeren vertellen dat in een gesloten inrichting je verzet gebroken wordt: Als je je laat breken, als je je aan de regels houdt en als je je aanpast, dan kan je daarna opbouwen. Vrijheden verdienen. En vrijkomen.

Kan je je voordeel doen met een verblijf achter gesloten deuren?

We spraken met honderd jongeren die allemaal ongeveer hetzelfde zeggen: Ja, dat kan. Pas je aan. Houd je aan de regels, doe alsof. Zoek iemand in de instelling met wie je kan praten. Zoek een paar mensen die je vertrouwt. Zoek steun bij je familie. Blijf hopen. Werk aan je ontwikkeling, volg een opleiding of ontdek waar je goed in bent. Kijk niet achterom, maar vooruit, naar je toekomst.

Jorien en Marjan





Als je achter gesloten deuren gesloten wordt geplaatst

Jongeren vertellen over het begin,
als je voor het eerst achter gesloten
deuren wordt geplaatst.

In het begin snap je niet wat de regels en gewoontes zijn. Je moet eerst een week op je kamer zitten en dan pas mag je op de groep. Dan begint jouw programma pas. Je krijgt wel blaadjes, maar je moet overal zelf achter komen. Alles duurt lang, overal moet je op wachten. *Lees hoe jongeren de tijd verdrijven.*

Toen ik gesloten ging kwam ik eerst in een groep waar ik werd geobserveerd om te bekijken welk traject bij me past. Juist dan moet je zorgen dat je niet in de weerstand zit, want dan wordt het een zwaarder traject. Zorg er maar voor dat je je die eerste periode van je beste kant laat zien.

Toen ik open zat, was er meer vrij en waren de regels niet echt duidelijk. In gesloten zijn er duidelijke tijden en regels. Ik krijg toch m'n momentjes voor mezelf wel, dus dat is chill. Dan hoeft ik er niet altijd om te denken. Dan wordt het een beetje voor je neergelegd.

Ik was best opgelucht dat ik gesloten ging, anders zou ik nu helemaal verkloot zijn. Ik was lekker bezig met mijn militaire vooropleiding, ik zat op begeleid wonen, maar door de drugs ging ik opeens naar beneden. Criminaliteit, je denkt alleen nog maar aan geld verdienen en je denkt niet meer aan je ouders, familie, hobby's. Hier wordt je weer even teruggetrokken, het is een laatste waarschuwing. Ik wil later een goeie baan, eerlijk geld verdienen, voor m'n

familie kunnen zorgen later. Ik wil mijn familie trots maken.

Je bent echt opgesloten, je bent de hele tijd binnen. Ik kwam in de lente en in de zomer kon ik eruit. Ik had echt de lente en zomer gemist. Je kunt wel luchten maar dat is met allemaal hekken en asfalt, dat is geen buiten.

Je hebt geen privacy meer. Je bent altijd samen met anderen. Iedereen ziet altijd alles van je en het is altijd druk. Het helpt om je af te schermen of met één iemand iets te doen.

Als je net gesloten zit, is alles onduidelijk. Bij mij duurde het vier weken voor ik een startgesprek had en al die tijd mag je amper iets. Dat vond ik echt kut. Ze zeggen: pas als de rechter je machtiging na een maand

“Negeer jongeren die je niet mag.”

verlengt krijg je een plan. Als de rechter dat niet wil kun je na een maand weg en dan is er al die tijd niks gebeurd. Dan heb je geen enkel doel gehad of plan gemaakt.

Ik heb me hier op de gesloten groep nog nooit thuis gevoeld. In het begin wist ik niet wat m'n plek was. Dus ik had best veel ruzie op de groep. En er werd veel gescholden, uitgedaagd en gevochten, daar kon ik niet tegen. Ik kon niet met de begeleiding praten en wist niet hoe ik er redelijk mee om moest gaan.

Ik had een keer geruild van corveetaak met een andere jongen. De begeleider was het daar niet mee eens omdat we het met hem hadden moeten regelen. Dat werd duwen en trekken en toen probeerde hij me te fixeren. Maar ik heb veel vechtsporten gedaan dus ik verdedigde mezelf en legde hem op de grond. Dat was gewoon echt een reflex. Ik schrok er zelf van. Een andere begeleider sprong er direct bovenop. En toen had ik een probleem want dan is het hun woord tegen het jouwe en kunnen ze aangifte tegen je doen. En dan kan het erger worden en ga je naar de jeugdgevangenis.

Het meest moest ik wennen dat ik mijn vrijheden kwijt was, allemaal. Eerst kon ik gaan en staan waar ik wou en dat was van de ene op de andere dag voorbij. Daardoor raakte ik best wel gefrustreerd. Maar ik ben

blijven doorzetten want dan kan ik eerder weg. Hoe beter je je gedraagt, hoe sneller je weg mag. Ik dacht: ik moet m'n best blijven doen en niet boos worden want dan maak ik het alleen maar erger. Daar heb ik me echt op getraind. Ik heb heel veel momenten voor mezelf genomen door naar mijn kamer te gaan en daar dingen tegen mezelf te zeggen. Daardoor kom ik tot rust. Ik weet niet of dat voor iedereen werkt. In het begin is het heel erg zoeken naar wat helpt.

“Je moet je verzet opgeven anders wordt het alleen maar erger en bouw je geen verlof op of ga je naar de isoleer.”

Het zou mooi zijn als nieuwe jongeren een maatje in de groep kregen. Die iemand kan rondleiden, uitleggen, waar alles is en hoe het gaat. Dat een nieuwe jongere denkt: ik heb iemand die ik kan vertrouwen, dus ik hoef niet zenuwachtig te zijn dat ik er alleen voor sta.

Plaatsing achter gesloten deuren; hoe het werkt als je gesloten wordt geplaatst

Gesloten geplaatst worden is een zware maatregel omdat het altijd gedwongen is; tegen jouw wil. Daarom komt er altijd een rechter aan te pas die beslist. En heb je altijd recht op een advocaat die naar jouw belang en jouw verhaal kijkt. Jongeren kunnen in verschillende gesloten instellingen geplaatst worden.

Gesloten jeugdhulp: dit is voor jouw veiligheid, je moet beschermd worden tegen jezelf of anderen. Een voogd van jeugdzorg vraagt aan de rechter hoe lang je er moet zitten; dit kan hij steeds opnieuw doen. De rechter beslist.

Gesloten psychiatrie: dit is net als bij de gesloten jeugdhulp voor jouw veiligheid of die van anderen. Er is behandeling nodig van een psychisch probleem om de veiligheid te herstellen. Een psychiater vraagt aan de rechter om je gesloten op te nemen. Een rechter beslist. Dit kan ook steeds verlengd worden.

Jeugdgevangenis: na een strafbaar feit kun je in een jeugdgevangenis geplaatst worden. Een rechter bepaalt hoe lang je straf duurt. Vaak is een deel voorwaardelijk. Voorwaardelijke straf wil zeggen dat als je je niet aan de voorwaarden (afspraken) houdt, je die straf nog moet uitzitten. Een rechter beslist daarover. Als je geen nieuw strafbaar feit pleegt, kan de straf niet worden verlengd.

Waarom jongeren achter gesloten deuren worden geplaatst

Jongeren die achter gesloten deuren worden geplaatst, hebben vaak een jeugd gehad die niet makkelijk was, die niet vanzelf ging. Wanneer er als kind door omstandigheden niet goed voor je wordt gezorgd, leer je niet dat anderen te vertrouwen zijn en krijg je ook niet makkelijk vertrouwen in jezelf. Als je jeugd niet veilig en goed verloopt, leer je niet met je emoties zoals angst, boosheid en verdriet om te gaan. En die kunnen best heftig zijn.

Ook kun je psychische problemen hebben. Je bent er mee geboren of je krijgt ze omdat er niet goed voor je is gezorgd als kind. Bijvoorbeeld als er veel onveiligheid was. Een kind met psychische problemen kan lastig zijn voor opvoeders, die daardoor niet goed voor je zorgen. Je kan achter gesloten deuren worden geplaatst omdat opvoeders je niet meer aankunnen en je daarom onveilig bent voor jezelf of anderen.

Het begin van een gesloten plaatsing is er voor een groot gedeelte op gericht om je zelf-bepalende gedrag af te leren en je verzet en je boosheid op te geven. Zodat je gaat meewerken, je best gaat doen. Je gedrag kan daardoor beter worden; meer gepast. Je kansen om een school af te maken en bijvoorbeeld bij een baas te kunnen werken worden daarmee ook groter.

Voor een gesloten plaatsing moet je twaalf jaar of ouder zijn. Dit geldt voor een gedwongen opname in de kinderpsychiatrie en een jeugdgevangenis. Dit was ook zo voor de gesloten jeugdhulp, maar de laatste jaren kunnen ook kinderen onder de twaalf in de gesloten jeugdhulp geplaatst worden. Er zijn groepen voor kinderen van 7 tot 12 jaar.

Tarik

*“Ze proberen
je echt uit in
het begin.”*

17 jaar

Ik was net 13 toen ik opgesloten werd. Ik was de jongste van de groep. Dat is heftig als je op zo'n plek komt en je weet niet wat je te wachten staat.... Hoe het kwam?

Toen ik 12 was gingen mijn vader en moeder uit elkaar en kwam ik in de jeugdzorg terecht. Ik was een klein, boos jongetje.

Ik werd eerst op een crisisgroep geplaatst en daar was ik het niet zo mee eens.

De stoppen vlogen erdoor want de kleine boze jongen was nu heel boos! Ze probeerden het nog op een paar andere plaatsen maar toen zeiden ze: we hebben geen andere plek dan gesloten dus we vragen een gesloten machtiging aan. Voor ik het wist zat ik in een busje van justitie en daar ging ik. Ik kwam 's avonds laat aan, het was midden in het bos. Ik dacht: hier wil ik

echt niet zijn. Ik werd gefouilleerd, mijn tas werd gecontroleerd en toen werd ik naar mijn kamer gebracht. Ik werd ook gevisiteerd, in mijn kont gekeken. Kijk ik begrijp dat wel, het is puur veiligheid. Aan de andere kant, je hebt het wel over jonge kinderen. Ik was 13 en ben dit soort dingen wel gewend, ik ben echt op straat opgegroeid. Maar ik was wel jong en je neemt het gewoon de rest van je leven mee.

De eerste dag was het gelijk raak. Er was witbrood en bruin. Ik wou het laatste sneetje wit pakken, maar een andere jongen

ook. Hij zei: 'jij bent nieuw' en toen werd het vechten. Ze proberen je echt uit in het begin. Later werd dat anders, dan kom je meer voor elkaar op.

Ook de begeleiding probeert je uit in het begin, ze zoeken je grenzen op. Er was een keer ruzie op de groep en ik probeerde die te sussen. Ik ving een klap op en ben knock-out gegaan. Toen ik bij kwam vroeg mijn begeleider: 'gaat het?' en ik moest meteen een taak doen, terwijl ik echt nog tijd nodig had om bij te komen. Ze zoeken het gewoon op, ze weten dat je er boos om gaat worden....

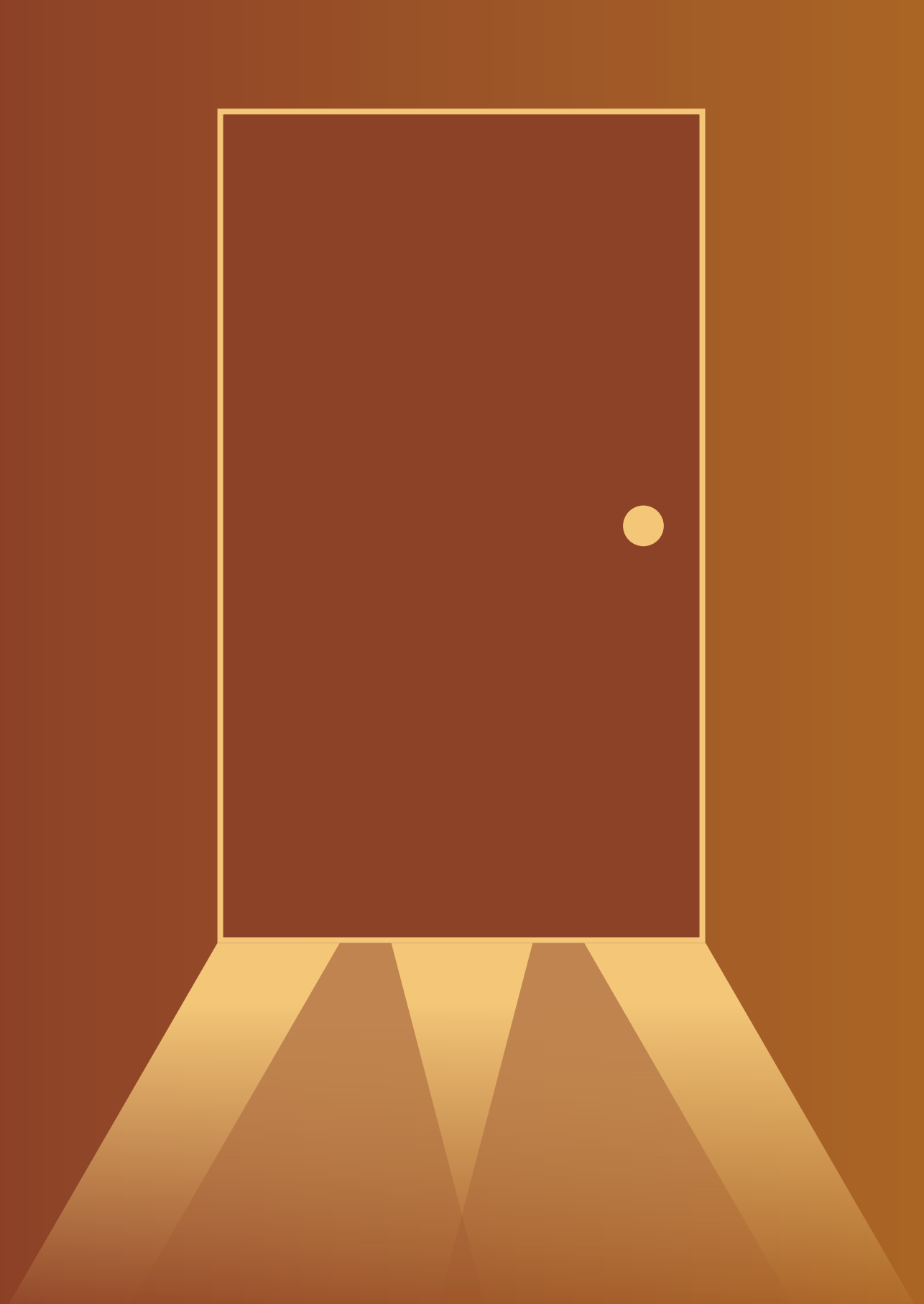
Ik heb geleerd om daar mee om te gaan door te filteren. Als iemand dan zulke vragen stelt, is het gewoon een keuze om te filteren van okee, ik moet zo nog opruimen maar hij zei dat ik het nú moet gaan. De "nu", dat filter je eruit. Je onthoudt alleen dat je nog moet opruimen. Zo blijf ik dan rustig.

Soms belde ik mijn broer als ik boos was. Hij zei dan: gewoon je mond houden en je ding doen en ik zie je van het weekend wel. Daar werd ik ook rustig van. In de eerste week zat ik in de isoleercel in een scheurpak zonder iets van afleiding, geen muziek of iets om te

tekenen. Je weet niet wat er gebeurt en hoelang het gaat duren.... Toen de deur openging vloog ik ze aan, ik was zo in paniek. De isoleercel is ervoor gemaakt om rust in je hoofd te krijgen, maar bij mij werkt het averechts. Mijn voogd heeft geregeld dat ik niet meer in de isoleer hoefde. Daardoor kreeg ik een kamerprogramma als ze dat nodig vonden. Daar hebben ze zich aan gehouden en ik ook. Ik bleef rustig een paar dagen in mijn kamer als ik kamerprogramma had.

De meeste mensen werken hier om hun brood te verdienen en dan gaan ze weer weg. Je kan geen band opbouwen. Een begeleider waar ik het goed mee kon vinden was kok geweest: we kookten samen en ik kon bij hem terecht als ik een probleem had.

Na een tijd kreeg ik een goeie advocaat; de kinderrechtster stuurde me uit de rechtbank zó naar huis. Mijn voogd gaf me geld om naar mijn oma te gaan. Ik heb er voor gezorgd dat ik nooit meer in de gesloten jeugdzorg ben teruggekomen. Ik had er wel genoeg van. Ik ben nu 17 en zit op kamertraining en ik wil vechtsportleraar worden. Het gaat best goed met me.



2.

Gesloten zijn

Jongeren vertellen over hoe
het gaat achter gesloten deuren
en wat hen heeft geholpen.

Wat belangrijk is: dat je laat zien dat je het gewoon goed doet, en dat je betrouwbaar bent. Dan mag je eerder naar buiten. En buiten is goed voor je, de zon, de lucht. En niet weglopen want dan kun je weer overnieuw beginnen.

Niet liegen als ze je ergens over vragen, gewoon eerlijk zijn, dus ook toegeven 'ik heb dit of dat gedaan', niet iemand anders de schuld geven. Zo krijg je respect en kun je een band opbouwen met de andere jongeren.

“Als je gewoon vertelt wat er aan de hand is met je kan de begeleiding je ook gewoon steunen.”

Verveling verdrijf ik doordat ik kaarten op mijn kamer heb, boeken, muziek, schrijfblok, drumspullen. En als ik geen sanctie heb, kan ik tv kijken op mijn kamer.

Als je wat wil, moet je dingen voor de leiding doen. Daarvoor moet je ze kennen. De een wil macht, dan doe je of je slap bent. De ander wil goed gedrag, dan doe je alles goed. Weer een ander wil discussie, niet teveel, maar net genoeg dat je niet brutaal

bent. Ik heb hier geleerd om meer personen te zijn. Dat is heel handig.

Er is hier wel een time-out maar die gebruiken ze nooit. Hier wordt eerst gepraat en word je niet vastgepakt. Ze zeggen bijvoorbeeld: 'misschien wil je eerst even naar je kamer om rustig te worden.'

Soms neemt de leiding je mee naar kantoor voor een gesprek wat je beter kan doen: let even op je gedrag, anders moet ik je naar boven sturen. Dat helpt in zekere zin want we zijn nog jong. Het is moeilijk om keuzes te maken.

'Aandacht die krijg je niet van hun, dus die moet je aan elkaar geven. Geef een beetje eten aan een ander. Ga de leiding afleiden

“Iedereen wordt weleens boos. Maar achter gesloten deuren word je erop afgerekend.”

“Meebewegen en ja knikken. Als je nee zegt, pakt de leiding je terug.”

als je ziet dat er ruzie aan komt. Wegwezen als er ruzie komt. Onder de tafel zitten. Om de hoek gaan staan. Ga er nooit tussen springen want dan krijg jij de grootste schuld. Maar niet teveel voor anderen zorgen, ook voor jezelf.

Waar ik veel aan had was een begeleider die niet naar mijn dossier keek, maar naar mij in mijn totaliteit. Die mij zag. Elke keer als hij op de groep kwam vroeg hij: ‘hee, hoe is het jongen?’ En gaf me een knuffel. Je wil een begeleider die zich zorgen maakt om je. Iemand die jou niet veroordeelt, maar die echt werkt aan jouw toekomstplannen. Die straf weet iedereen wel, en dat je die verdient. Maar we moeten omhooggaan. Je wil de juiste tools krijgen om de juiste richting op gestuurd worden.

Als je een gesprek moet voeren met iemand die je niet vertrouwt, ga je terughoudend zijn. Vaak worden jongeren gedwongen om te praten en dan laten ze de helft van zichzelf niet zien. En dan word je beoordeeld en behandeld over de helft die je wel hebt laten zien. Maar ze zouden pas moeten handelen als iemand echt zichzelf kan zijn.

Ik heb nog een half jaar hier in gesloten gezeten, maar ik kan weer verlengd worden. Het is maar net hoe ik me gedraag en of ze plek hebben voor hierna. Je moet gewoon goed blijven proberen te luisteren naar de begeleiding, hoe vervelend ze ook zijn. Hoe kut je ze ook vindt. Je moet eigenlijk een beetje slaafje spelen. Gewoon blijven luisteren want aan het einde van de dag drukken ze heel snel op de pieper voor echt heel kleine dingen. Als je niet luistert, is het van: ‘Jij wil je taak niet doen? Nou, ga maar naar boven.’ Als je dat weigert, wordt er gewoon op de pieper gedrukt. Dan komen er mensen aan rennen en die helpen je dan om naar je kamer te gaan of naar de separeer te gaan.

Je moet niet teveel vertellen. Heel veel mensen gaan je vragen, waarom zit je hier, maar dat moet je nooit vertellen, je hoeft niet in details te treden. Dat is jouw zwakke plek. Als je in een gesloten inrichting zit en een begeleider gaat jou pakken op de reden waarom jij daar zit, flip je. Die jongeren gaan precies hetzelfde doen. Ze pakken je echt op jouw zwakke punt op het moment dat het nodig is. Kijk je zit met grote jongens en je moet ze niet tegen je krijgen. Het is echt proberen zoveel mogelijk goed contact te houden. Ik heb nu genoeg privileges verdiend om een Xbox en Ipad op mijn kamer te mogen. En ik heb een pasje waarmee ik door het einde van de gang

mag. Als ik druk in mijn hoofd ben, vraag ik of ik een eindje mag lopen. Dat was trouwens pas op mijn zevende plek hoor. Op die plekken heb ik geleerd hoe ik aan moest voelen dat het te druk wordt in mijn hoofd.

“Aan het eind van de dag wordt er eerder op de pieper gedrukt want dan zijn wij moe en de leiding ook.”

In de gevangenis zeggen ze wel: ‘Je tucht niet’. Als iemand zegt: wat is het zwaar hier, dan zegt de ander: wat ben je hier aan het tuchten man, ik zet gewoon m’n verstand op nul, ik zet de knop om en zodra ik weer buiten ben ga ik weer nadenken. Je beschermt jezelf om niet te tuchten: stop je gevoel weg en word niet boos want dan wordt alles erger.

Dat het goed met me gaat, ligt aan mijn ouders. Ik heb heel veel familiebanden verpest, maar ik ging beseffen dat je ouders het belangrijkste zijn, mijn zusje, alles. Dat heeft me echt op de been gehouden.

Ik heb steun van mijn neefjes omdat zij ook pubers zijn en dingen gedaan hebben die

niet konden. Dus we herkennen ons wel in elkaar. En ze kunnen zich in mij vinden. Dat is prettig.

Ik heb veel aan mijn opa en oma. Ik was heel gevoelig voor prikkels toen ik klein was. Als het mis ging, mocht ik naar mijn oma en opa. Dat is nu nog steeds een uitlaatklep. Ik het begin mocht ik geen contact, dat moet je opbouwen. Ik heb met mijn coach van hier een afspraak gemaakt dat ik vijf vinkjes moet verdienen als ik met begeleid verlof wil. Als het een halve dag goed gaat, verdien je één vinkje.

Ik was twaalf toen ik in de psychiatrie kwam, eerst even gewoon en toen met een rechterlijke machtiging. Belangrijk is dat je gewoon bij jezelf blijft en niet meegaat met anderen. Je moet gewoon niet kijken oh die heeft dit of dat en dat moet ik ook hebben om erbij te horen. Er was hier een meisje met anorexia en opeens had iedereen anorexia, dat soort dingen. Dus je houdt wel contact maar je moet gewoon denken: ik ben hier voor mezelf, wat is goed voor mij. In het begin kon ik dat niet, ik was echt knetter, psychotisch, het boeide me allemaal niet, als ik maar dood kon. Maar later dacht ik, ik maak er maar het beste van.

Belangrijk in de psychiatrie is dat je zorgt dat je wat te doen hebt als je op je kamer moet zitten. Als iemand gefixeerd moet

worden kan dat uren duren en moet iedereen op zijn kamer afwachten. Als je dan niks te doen hebt kun je echt boos worden en doordraaien tussen die vier witte muren. Ik raakte niet in paniek maar ging dan mijn kamer slopen uit verveling. Gewoon zorgen dat je wat leuk te doen hebt. Ik deed dan spelletjes op mijn laptop.

Toen mocht ik weg uit de psychiatrie en ging ik naar de gesloten jeugdzorg omdat ze bang waren dat ik weer ging blowen. Gesloten helpt niet echt, hoewel ik er wel ben afgekickt van blowen. In het begin kun je niet weg en kun je ook niets krijgen omdat je nog niet weet hoe. En nu zit ik hier op een besloten groep, dat is ook met een machtiging van de rechter maar wel met meer vrijheden.

Ik heb een woedeprobleem en ging mensen aanvallen. Dat komt omdat ik niet weet hoe het in mijn hoofd werkt. Ik heb ADHD en PDD-NOS. Ik ben heel gevoelig voor geluiden en ik verwerk dingen heel traag. Ik word dan rustig als ik in een isoleer word geplaatst, dan heb ik even geen prikkels meer.

“Zorg dat je je rechten kent.”

“Je moet hoop blijven houden.”

Eenzaamheid speelt voor mij geen rol, want zo ben ik opgegroeid. Angst kan je onderdrukken of er tegenaan gaan. Beide is niet altijd goed. Je komt het toch weer tegen, dus onder ogen zien is het beste.

Als je zelf initiatief neemt en met elkaar een brief aan de directeur schrijft dat je een basketbalnet wil of een laptop, dan lukt dat soms. Een jongere bij mij op de groep in de gevangenis ging campagne voeren en zei: ‘we hebben niks hier op de groep, we vervelen ons en dat is niet goed voor ons.’

Ik kwam de dagen door in de bajes door verder te kijken. Kijken naar het grotere geheel. Mijn tijd uitzitten en wachten. Maar wel doorgaan met je leven: iets bereiken qua school, stages, sport. Neem de positieve dingen mee.

Liedjes schrijven gaf mij een uitlaatklep toen ik vast zat. Iedereen kan leren schrijven. Het gaf mij een mindset. Omdat ik schreef over dingen die realiteit waren. Toen ging ik erover nadenken en dacht: dat is wel zo, maar hoe ga ik het veranderen?

Wat er gebeurt achter gesloten deuren

Problemen kunnen ontstaan wanneer je door omstandigheden als kind niet hebt gekregen wat je nodig hebt. Of wanneer er niet goed en liefdevol voor je gezorgd is. Of als het niet veilig was. Dan kun je te maken krijgen met emoties zoals somberheid, boosheid of angsten. Je kan last hebben van plotselinge woede-uitbarstingen. Je kan druk en geïrriteerd zijn. Als er niet goed voor je gezorgd is, heb je als jong kind niet geleerd om met je emoties om te gaan, bijvoorbeeld door troost te zoeken, afleiding te zoeken en jezelf te kalmeren. Die emoties kunnen daardoor heel groot worden, je overspoelen. Als er niet goed voor je gezorgd is als jong kind heb je vaak ook weinig zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen.

Sommigen krijgen therapie om te leren met emoties om te gaan zoals boosheid, somberheid en verdriet. Dan leer je je boosheid te zien aankomen en controleren. Als je veel last hebt van nare ervaringen uit het verleden kan je traumabehandeling krijgen. Ook wordt er vaak gewerkt aan het verbeteren van je relatie met je ouders en andere familie zodat ze je kunnen steunen.

In de gesloten psychiatrie krijg je meestal behandeling met medicijnen die helpen om je psychische probleem te verminderen, en therapie om er mee om te leren gaan.

In de jeugdgevangenis gaat het om straf, waardoor je hopelijk nooit meer een strafbaar feit zal plegen. maar ook om te leren leven met regels, in een strak dagprogramma. Daarin leer je om te gaan met anderen en je emoties te beheersen. Dit heeft ook als doel dat je op die manier mee kunt doen op school of werk. Op die manier werk je ook aan je toekomst. Soms krijg je ook een opleiding.

Een rechter kan opleggen dat je mee moet werken aan behandeling, dat heet dan een bijzondere voorwaarde.

Waarom achter gesloten deuren je ook kan helpen

Problemen kunnen ontstaan wanneer je door omstandigheden als kind niet hebt gekregen wat je nodig hebt. Of wanneer er niet goed en liefdevol voor je gezorgd is. Of als het niet veilig was. Dan kun je te maken krijgen met emoties zoals somberheid, boosheid of angsten. Je kan last hebben van plotselinge woede-uitbarstingen. Je kan druk en geïrriteerd zijn. Als er niet goed voor je gezorgd is, heb je als jong kind niet geleerd om met je emoties om te gaan, bijvoorbeeld door troost te zoeken, afleiding te zoeken en jezelf te kalmeren. Die emoties kunnen daardoor heel groot worden, je overspoelen. Als er niet goed voor je gezorgd is als jong kind heb je vaak ook weinig zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen.

Veel kinderen leren niet hoe ze zich horen te gedragen op school of buiten omdat hun ouders dit ook niet wisten. Hierdoor vinden anderen hun gedrag vaak ongepast of lastig, en reageren ze negatief op je. Ook dat maakt dat je weinig zelfvertrouwen opbouwt. Jongeren die gesloten zitten hebben vaak nare, traumatische dingen meegemaakt waardoor ze angsten hebben, somber zijn, weinig zelfvertrouwen hebben en makkelijk kunnen ontploffen als de nare gebeurtenissen worden getriggerd, opgeroepen. Trauma's kunnen opgeroepen worden door een geluid, geur, opmerking of wat dan ook. Het is dan

net alsof je weer in die heftige gebeurtenis zit en je reageert dan in een reflex door te vechten, vluchten of verstarren tot het gevaar over is, ook al is er eigenlijk geen gevaar.

Psychische problemen zoals autisme of ADHD kunnen erfelijk zijn. Vaak zijn er dan mensen in je familie die net zulke problemen hebben als jij. Maar ze kunnen ook komen omdat je bijvoorbeeld een onveilige jeugd hebt en bent verwaarloosd en mishandeld als kind. Als je zulke psychische problemen hebt, heb je vaak last van teveel prikkels waardoor je onrustig, druk of juist angstig wordt. Er zijn veel oorzaken van gedrag dat een probleem is voor anderen of voor jezelf. Trauma's die getriggerd worden, teveel prikkels, angsten, wantrouwen en een slecht gevoel over jezelf. Zij zijn vaak de oorzaak van plotselinge woede uitbarstingen, agressie, somberheid, dood willen, wegvluchten in middelengebruik of een stoer leven om ergens bij te horen. Ook kun je kiezen voor de criminaliteit. Gesloten instellingen richten zich op je gedrag en minder op de oorzaak van je gedrag. Een duidelijke structuur hoe de dag verloopt en wat er gebeurt als je je goed of juist slecht gedraagt, kan jongeren die onveilig en angstig zijn opgegroeid veiligheid bieden. Je weet waar je aan toe bent en wat er van je verwacht wordt. Dat kan je rust geven.

Mijn ouders gingen niet goed samen. Mijn vader gebruikte alcohol en drugs, er was veel geweld thuis. Mijn ouders gingen uit elkaar, kwamen bij elkaar en gingen weer uit elkaar. Toen ik vier was moest ik naar een pleeggezin, terug naar huis, weer weg naar een gezinshuis. Ik was hyperactief geworden en moest naar een medisch kindertehuis. Toen ik daar te oud voor was, werd ik overgeplaatst naar een ander gezinshuis. Die mensen mochten mij niet. Ik kreeg een agressiviteitsprobleem zeiden ze. Toen naar een gewone groep, naar gesloten aan de andere kant van het land, terug naar een andere open groep. Toen naar het noorden, het oosten en nu hier terug in het westen, op een besloten groep. Steeds hopen dat ik school had. Want als er nog geen plek is voor jou op school dan zit je onder schooltijd op je kamer. Ik ben het hele lijstje afgegaan, ik ben nu 16 en heb alles gehad wat er bestaat, minstens 15 plekken.

Ik ging voor het eerst gesloten op mijn dertiende. Dan is het alsof je in de gevangenis zit. De eerste dag op de groep hoorde ik een piep afgaan en toen kwamen er mensen op mij afrennen en ik dacht: wat is er aan de hand? Drie groepsleiders begonnen mij beet te pakken en ik dacht van: nou, daar ben ik het niet mee eens dus ga ik terug vechten want ik weet niet waarom. Ik werd naar een isoleercel gebracht. Daar had ik nooit van gehoord. Je hebt geen contact met de buitenwereld, dus het voelt of je alleen op de wereld bent. Daarna zat ik nog drie keer in de isoleercel

en een keer werd ik uitgekleed en in een scheurpak gezet. Dan schaam je je zo!

Je zit altijd in dat kleine kamertje en dat is het. Voor de rest heb je geen plek voor jezelf. Van elke dag binnen zitten word je niet vrolijk. Je school, kamer, alle mensen zitten in hetzelfde gebouw. Nou, dat word je echt zat. Ik zat op de bank en deed niks. TV kijken. Je slibt dicht, iedereen die daar komt wordt dertig kilo zwaarder. Als je niet meer in je broeken past, kan je geen nieuwe kopen. Je kan voetballen, maar voor meisjes is er niks. Je mag blij zijn als je één

Kimberley

16 jaar

“Ik werd naar een isoleercel gebracht.”

keer in de week verlof hebt en naar buiten mag. Ik ging me dertig keer per dag opmaken en het er dan weer afhalen. Of de kledingkast uitzoeken. Alles op de grond gooien, alles weer opnieuw opvouwen. Mijn haar invlechten, of wenkbrauwen epileren. Echt van die hele nutteloze dingen.

Uiteindelijk leer je er aan wennen en heb ik gewoon mijn draai kunnen vinden. En vond ik het uiteindelijk niet meer zo heel erg want, ja, je moet het maar accepteren. Dat kost heel veel moeite, heel veel tijd. Je moet doelen stellen. Toen ik bijna jarig was wilde ik graag naar huis. Nou, ik moest me maar aan de regels houden. Ik heb één heel groot acteerstuk opgehouden, gewoon ‘ja’ en ‘amen’ gezegd. En toen was ik binnen een half jaar weg uit gesloten.

Toen kwam ik hier, op een soort half gesloten. Twee dagen voordat ik naar huis mocht, werd er gezegd: je mag niet meer. Nou, dan breek je echt vulkanen open bij kinderen. Ik heb zo gehuild! Wat je nodig hebt, is duidelijkheid, dan heb je een stuk minder stress. Maar ze geven nooit duidelijkheid. Daar heb ik heel erg last van gehad.

Ik wil het liefst naar huis, maar heb geen familie die voor me kan zorgen. Dus is het weer wachten, nu op een trainingshuis. Dan kan alles wat je geleerd hebt, ook weer afdwalen. Maar ik blijf gewoon op mijn punt staan. Ik blijf me gedragen, doe mijn eigen ding. Ik heb mijn plan gemaakt voor de toekomst en daar houd ik me aan vast.



3.

Het eind in zicht

Jongeren vertellen
over de laatste fase.

Ik heb drie maanden in de gesloten jeugdhulp gezeten. Hoe ik dat heb volgehouden? Kijk, ik probeer me altijd zo groot en sterk mogelijk te houden voor iedereen. Ik ga heel gezellig lachen met iedereen maar zodra ik alleen ben, heb ik zoiets ... fuck, wat ga ik nu doen? En dat heb ik tot de dag van vandaag nog steeds. Voor mij was er geen manier om ermee om te gaan. Het was gewoon doen wat je moest doen. En dan kom je er wel. Je gaat heel vaak vallen. Ik ben heel vaak gevallen. Maar ja, je moet ervoor zorgen dat je nog sneller opstaat en gewoon weer doorgaat.

Het liefst ga ik naar een open inrichting, zodat ik naar huis toe kan werken. Maar ik ben al zeven jaar uit huis.

Van een crisisgroep en twee pleeggezinnen en rondzwerven kwam ik in de psychiatrie toen ik 14 was. Ik gebruikte drugs en zoop me kapot. Ik raakte helemaal van de wapper. Ze hebben me moeten volproppen met medicatie en allerlei spuitjes, maar ik heb nog lang psychoses gehouden. Nu gaat het goed, ik zit in de gesloten jeugdhulp nog een paar maanden.

Ik houd me vast aan mijn school. Ik kreeg Havo-advies, maar moest naar speciaal onderwijs en daar hebben ze geen Havo. Maar ik wil sociaal psychiatrisch werk gaan doen en in een instelling werken, en daarnaast ervaringsdeskundige zijn. Omdat ik veel spijbelde, ben ik de entree opleiding gaan doen op het MBO en zo kan ik elk jaar een niveau omhoog. Omdat hier

bezigheidstherapie is, ben ik nu al een hele tijd clean. Ik houd niet van praten aan een tafeltje, maar van sporten. En de ADHD medicatie helpt ook goed. Ik weet hoe ik met mijn stress om moet gaan. Sigaretje, naar muziek luisteren, tegen een bal trappen. Over een paar maanden ga ik naar begeleid wonen, dan ben ik de stress kwijt van altijd drukte om je heen, dat iedereen alles van je ziet en weet, geen privacy. Ik heb nu eindelijk een mentor met wie ik een goede band heb. Zij denkt met haar hart.

In detentie word je op een bepaalde manier gebroken zeg maar. Ik kon naar huis, maar

“Ik ben de oudste van de groep, ik moet het voorbeeld geven. dat helpt mij ook.”

er was zoveel papierwerk dat het heel lang duurde. Toen had ik geen vertrouwen meer in de mens. Je raakt beschadigd omdat je niet de juiste route krijgt, omdat je je niet gedraagt, omdat je rebels bent. Dat maakte dat ik weer terug gesloten moest. Het was een heftige periode, maar ik heb het doorstaan. Er werd me van alles aangesmeerd, bijvoorbeeld medicatie of wat dan ook. Maar ik heb daar nog nooit iets mee gedaan omdat ik dacht: dit is hoe ik ben en ik wil hier zo snel mogelijk weg.

Je moet echt aan je toekomst werken. Want als je binnen zit, verlies je een bepaald gedeelte van de wereld. Als je buiten komt, ben je niet op de hoogte van allerlei dingen. Dan is het moeilijk om weer op te krabbelen. Dan ga je andere dingen doen: zorgen dat je aan snel geld komt. Je weet je doelen niet. Maar buiten is een keiharde wereld. Hoe ga je dat overleven? Als ze je willen breken, moet je zo snel mogelijk de tijd gebruiken om aan je toekomst te werken. Je moet een knop omdraaien en aan je doelen werken, anders kom je er niet. Iedereen wil snel geld, rijk worden, maar het heeft geen haast, ik blijf rustig adem halen.

Het is steeds klimmen, klimmen, klimmen. En dan gaat er weer iets mis. Maar zolang jij denkt van: ik ga het bereiken en er is iemand die mij tegen kan houden, dan kan je jezelf trainen.

“Ik zorgde altijd dat ik wist hoe het werkte in de jeugdzorg, ik zocht alles op op internet.”

Toen ik op mezelf ging wonen keek ik terug en dacht ik: als er nou iemand was geweest die voor me had gezorgd en die me zou begrijpen, dan had ik het misschien wel gered. En was ik niet een paar keer in de gesloten jeugdhulp en in de jeugdgevangenis gekomen. Want ja, als je leeft in een moeilijke wijk, moeilijke periode, moeilijke thuissituatie, dan is het logisch dat je daar ook weer in kan terugvallen. Ik was een strijder, heb moeten vechten. Eigenlijk had alle problematiek al lang tevoren aangepakt kunnen worden.

“Zorg dat je je talenten gaat ontwikkelen, dat je weet waar je goed in bent, wat je leuk vindt.”

Hoe het verder gaat als de deuren open gaan

De plaatsing in een gesloten instelling moet zo kort mogelijk duren. Dus vaak wordt er toegewerkt naar een plaatsing op een open groep, terug naar familie, vrijwillige behandeling of dat je met een enkelband naar een open groep of naar huis kan. Er wordt ook goed gekeken naar je netwerk. Soms is de groep waar je mee omging de reden dat je je bezig hield met bijvoorbeeld middelen gebruik of strafbare feiten. Als je na gesloten terugkomt in je oude omgeving, is de kans groot dat je weer terug valt in je oude gedrag.

Er zijn allerlei programma's die je helpen om na een gesloten plaatsing op een goede manier je leven op te pakken en te werken aan een toekomst door opleiding, werk of stage. Soms kun je ook een voorwaardelijke machtiging gesloten jeugdhulp krijgen. De instelling kan je weer even gesloten plaatsen als het niet goed gaat in een

open groep. Ook kun je van de rechter een voorwaardelijke gevangenisstraf krijgen met een proeftijd van meestal twee jaar. Als je tijdens deze proeftijd dan een keer de mist in gaat krijg je alsnog de gevangenisstraf die eerst voorwaardelijk was. Allemaal bedoeld als stok achter de deur zodat je je goed blijft gedragen.

Je eigen kracht

Kinderen en jongeren zijn heel krachtig, ondanks vele nare gebeurtenissen komen ze er vaak toch bovenop.

Je kracht heeft te maken met je doorzettingsvermogen, je talenten, waar je goed in bent, wat je leuk vindt, je familie en vrienden, steun van anderen en hoop.

Precies zoals de jongeren in deze gids vertellen.

Survive

Ken veel slechte dagen, maar heb niks te klagen
Moest rennen over drempels had zoveel obstakels
Kreeg meer stempels dan strippenkaarten,
maar ey die shit kon me niet raken!
Pas je niet op, word je achtergelaten als een vis zonder water Survive!
Had een wazig beeld zag herinneringen vervagen
Als een leerling niet kunnen slagen
Je was er niet in tijden van nood dus ook in nood zijn we geen maten
Denk niet dat je snapt ik denk in octaven
Ga ik hoger ga je lager
Heb je nooit om een ding kunnen vragen
je hebt nooit met me in de regen gerend
Kan je zeggen heb het solo gedaan
en ondanks alles het in me eentje gered, bless
Dit gaat verder dan liefde voor rap ik ben obsessed
Soms sta je sterk
en heb je even ongeluk, maar echte mannen surviven die crash
Begrijp wat ik zeg ik hou het altijd 100 procent
Ze weten niet wat voor jongen ik ben
Sta niet stil ik ben nog steeds onderweg
Probeer op het juiste pad te blijven
god sta me bij soms dreig ik af te wijken,
want ik denk elke dag aan cijfers
Ze gooien tips
Mannen moeten strakker draaien
je strooit in vips
maar krijgt geen aandacht van meiden
dus voor wie wil jij je bewijzen?
Praat je geen geld dan hou ik het kort net een meter vijftig

Colling Seintje

Kenneth

17 jaar

Toen ik 15 was werd ik voor straf twee jaar vastgezet in een jeugd-gevangenis. Ik had een lastige jeugd, ik deed verkeerde dingen.

Ik dacht dat het er uit zou zien als een echte gevangenis zoals je in films ziet. Maar het ziet eruit als een leefgroep en de begeleiders en beveiligers zijn best vriendelijk. Je hoeft niet de hele dag op cel te zitten en je gaat gewoon naar school. Maar als je niks weet van tevoren, ben je wel opgefokt. Het maakt je raar in je hoofd. Je weet niet meer wat je moet doen. Want al je vrijheden zijn wel opeens afgepakt. Als je wel weet hoe alles gaat, maakt het je hoofd een stuk lichter. De last viel van mijn schouders. Ik dacht: okee, vanaf nu kan ik mezelf zijn.

Ik had de eerste dag besloten dat wat er ook zou gebeuren, ik zou het gewoon over me heen laten komen en alles accepteren.

Ik werd me bewust van het leven dat ik geleid heb en waar het me heeft gebracht. Ik werkte aan mijn gevoel van eigenwaarde en praten over mijn emoties. Ik herhaalde in mijn hoofd: Blijf positief, overwin jezelf, dan maakt het niet uit hoe zwaar de tijden zijn. De tijd werkt in je voordeel. Elke dag is er weer een voorbij.

“Langzaam aan viel ik niet meer terug in oude gewoontes zoals blowen.”

In het begin ging ik mee met andere jongens, de verkeerde dingen doen. Dan krijg je alleen maar meer straf. Na een jaar begon ik te werken aan mijn ontwikkeling. Langzaam aan viel ik niet meer terug in oude gewoontes zoals blowen. Niet elke dag leuk maken alsof het een buurthuis is. Dan staan je hersens stil. En niet je afzetten tegen de begeleiders met de hele groep. Je kan beter meewerken en dingen samen ondernemen en positief blijven. Omdat ik er zo lang zat, kon ik veel nieuwe jongeren helpen. Daar leerde ik zelf ook veel van en nu werk ik als ervaringsdeskundige voor Young in Prison, die jongeren steunt, workshops organiseert en ze opvangt als ze vrij komen.

Familie was voor mij het belangrijkste hulpmiddel om me positief staande te

houden. Ik sprak mijn familie elke dag over de telefoon, we stuurden brieven en ik had vaak bezoek. Ik sprak over mijn emoties en gevoelens, want er was niemand die dat met me deed. Ik wilde mijn familie bewijzen dat ik terug kon komen. Dat ik er beter uit kon komen.

Je krijgt van jongs af aan mee om een muur om je heen te bouwen, en die muur moet je eigenlijk langzamerhand los beginnen te breken, als je eruit wil komen, als je wat met het gevoel wil kunnen, dat hoort gewoon bij het volwassen worden, en daar wordt nooit aandacht aan besteed. Een mentor met een luisterend oor zou dat ook kunnen doen. Het vergt veel van je, want je moet uit je comfort zone, wat je gewend bent, waar je je prettig bij voelt. Maar als je jong bent, is dat heel moeilijk.

Je rechten als je achter gesloten deuren wordt geplaatst.

- ✓ Zo min mogelijk jongeren moeten in een gesloten jeugdzorg- of psychiatrie instelling of in een jeugdgevangenis geplaatst worden. Als het toch gebeurt, is dat een laatste middel. Dat moet altijd zo kort mogelijk duren. Als jij het niet eens bent met de beslissing dat jij hier moet zijn mag je vragen of een (hogere) rechter of instantie hier opnieuw naar kijkt. Die moet dat dan met spoed doen.
- ✓ Bij alle maatregelen of beslissingen moet jouw belang voorop staan.
- ✓ Je hebt bij elke procedure recht om ondersteund te worden door een advocaat, je ouders of voogd. Je hebt zo nodig recht op een tolk.
- ✓ Het doel van jouw opname in een gesloten jeugdzorg- of psychiatrie instelling of in een jeugdgevangenis moet zijn dat je weer volledig terug kunt keren in de maatschappij.
- ✓ Je hebt recht op een plan zodat je weet wat er gaat gebeuren. Dit wordt wel behandelplan, plan van aanpak of begeleidingsplan genoemd.
- ✓ De instellingen moeten zorgen dat jij je positief kunt ontwikkelen.
- ✓ Regelmatig moet gekeken worden of jij nog de juiste en goede behandeling krijgt. En of je nog op de juiste plek zit. En of de plaatsing nog wel bijdraagt aan jouw positieve ontwikkeling.
- ✓ Je mag vrij je mening geven zolang je de rechten van anderen maar respecteert.
- ✓ Je mag niet gediscrimineerd worden (tegenovergesteld of juist voorgetrokken) in vergelijking met andere jeugdigen in dezelfde positie. Dat mag niet door de begeleiders en niet door de instelling.
- ✓ Je hebt het recht te geloven wat je wilt, daar mag niemand je in beperken. Zolang het anderen niet beschadigt.
- ✓ Je mag je eigen cultuur beleven, je eigen godsdienst belijden en je eigen taal spreken.
- ✓ Tijdens je verblijf heb je recht op onderwijs. Dat moet zich richten op het laten groeien van jouw talenten, persoonlijkheid, geestelijke en lichamelijke vermogens. Je hebt recht op voorbereiding op een beroep.

✓ Bij de instellingen moet voldoende personeel aanwezig zijn. Die personeelsleden moeten voldoende professioneel, bekwaam en bevoegd zijn.

✓ Je hebt recht op verlof. Soms moet je het opbouwen en het kan ook tijdelijk worden ingetrokken. Dat mag alleen als het jou of anderen zal schaden.

✓ Je hebt recht op contact met je ouders en andere familie. Dat mag per brief of door bezoek. Dat mag alleen worden tegengehouden als het jou of anderen schaadt.

✓ Wat jij vertelt of schrijft aan anderen hoeft je in principe niet te vertellen aan de begeleiders. Met name in de jeugdgevangenissen moet dat soms wel maar dan moet de instelling daar een goede reden voor geven.

✓ Je moet gebruik kunnen maken van informatie uit vele bronnen, vooral als die informatie bedoeld is om jou beter te laten voelen en gezonder te laten zijn.

✓ Je hebt recht op buitenlucht ofwel 'luchten'.

✓ Je hebt recht op rust. Je hebt recht op vrije tijd. Je hebt recht op spel en recreatie. Je mag deelnemen aan culturele en artistieke activiteiten.

✓ Je hebt het recht om samen te komen. Je hebt het recht lid van een vereniging te worden. Ook heb je het recht zelf een vereniging op te richten.

✓ Je hebt recht om te klagen. Iedere instelling heeft een folder waarin wordt uitgelegd hoe je kunt klagen. Als je het gevoel hebt dat je rechten niet nageleefd worden kun je daarover met de volgende partijen in gesprek:

- o Begeleiders
- o Leidinggevenden
- o Vertrouwenspersoon
- o Klachtencommissie
- o Rechter
- o Kinderombudsman
- o Jongerenraad of cliëntenraad

Voor alles geldt: het is je recht, zolang het jou of anderen niet schaadt. Soms kunnen rechten tijdelijk worden beperkt als dit in jouw belang of het belang van een ander is.

Mijn pad

Denk goed na bij wat je doet je bent nu een man, doe je ding, niet van “oh wat denkt een ander ervan”

Wees niet bang houd je hoe dan ook strak aan je plan en ga recht op het licht af aan het eind van die donkere gang

Wat zou hij wel niet denken als ik dit doe

en wat zou zij wel niet denken als ik dit zeg

Wat zullen hun wel niet zeggen als ik dit roep

en wat zullen jullie wel niet vinden als ik dit rap

Dit is mijn leven, leven of hangen

de route die ik kies naar het licht aan het eind van die donkere gang

Het zweet staat in mijn handen moeite om wat zuurstof met mijn longen te vangen verdomme dit was de formule hoe kon het ook anders

Was de gedachte die er door mij heen ging toen ik in de spiegel keek

Alles wat je hoeft te doen is gewoon jezelf blijven zoals je dat altijd al deed

Al die invloeden van buiten af maken je angstig en zwak dus probeer vanuit je hart te handelen

Zet je schrap voor het incasseren van de klap hou niet van de lift klim met de trap stap voor stap

Denk goed na bij wat je doet je bent nu een man, doe je ding, niet van “oh wat denkt een ander ervan”

Wees niet bang houd je hoe dan ook strak aan je plan en ga recht op het licht af aan het eind van die donkere gang

Denk goed na bij wat je doet je bent nu een man, doe je ding, niet van “oh wat denkt een ander ervan”

Wees niet bang houd je hoe dan ook strak aan je plan en ga recht op het licht af aan het eind van die donkere gang

Lamyn Belgaroui

Hoe is het voor jou om achter gesloten deuren gezet te worden?

Je bent niet de enige. Elk jaar gebeurt dat met duizenden jongeren: in gesloten jeugdzorg, gesloten psychiatrie of in de jeugdgevangenis. Hoe voel je je dan, wat overkomt je? Maar vooral: hoe red je het en waar haal je de kracht vandaan om er beter uit te komen? Lees in deze gids de verhalen van jongeren zoals jij. Lees hoe zij omgaan met de verwarring, vrijheidsbeperking, regels, straf en aanpassing. Wat heeft hen geholpen?

Samen met honderd jongeren maakten we deze Survivalgids 'Over leven achter gesloten deuren'.

The logo for WESP, consisting of the letters W, E, S, and P in a stylized, overlapping font. The letters are rendered in a light blue color with a darker blue shadow or outline, giving them a three-dimensional appearance. The letters are arranged in a slightly staggered, horizontal line.